ÎNDREPTAR DE SPOVEDANIE

Mărturisesc Domnului Dumnezeului și Mântuitorului nostru Iisus Hristos,
Preacuratei Maicii Sale, Puterilor Îngerești, Tuturor Sfinților și sfinției tale, părinte,-celui ce ai primit putere de a lega și
dezlega păcatele celor ce se pocăiesc - că de la ultima Spovedanie mă aflu vinovat cu acestea:

O **M-am îndoit** ***(şi încă mă mai îndoiesc)*** **de adevărurile creştine revelate (arătate) în Sfânta Scriptură sau Tradiţia Sfinţilor Părinţi.**

O **M-am ruşinat a susţine adevărul credinţei ortodoxe înaintea oamenilor care aveau idei potrivnice sau erau indiferenţi faţă de învăţătura ortodoxă.**

O **M-am îndoit că prin sincera spovedanie se pot ierta toate păcatele mărturisite.**

O **Am păcătuit cu încredere prea mare în Dumnezeu, sicând că El este milostiv şi mă va ierta şi pentru aceasta pot păcătui mereu.**

O **Am avut în viaţă momente de deznădejde, păcătuind continuu, crezând că Dumnezeu tot nu mă va ierta**

O **Mi-am pus în gând, mi-am dorit şi încercat să-mi pun capăt vieţii.**

O **Am avut tendinţa de a asculta de învăţătuirle eretice ale stiliştilor, protestanţilor sau ale altor religii, susţinând că toate sunt bune.**

O **Am crezut în doctrine New Age – spiritism, yoga, reîncarnare, hipnoză, descântece, şcoli teosofice, raţionaliste, participând la ritualuri şi credinţe oculte demonice.**

O **Am cârtit împotriva lui Dumnezeu în încercări şi ispite**

O **Am apelat la vrăjitoare, descântătoare, ţigănci, prezicători.**

O **Am făcut eu însumi farmece, vrăji; am ghicit, am descântat, am explicat visele, vedeniile, zodiacul.**

O **Am crezut în superstiţii** ***(13 poartă ghinion, marţea e rea, potcoava aduce noroc, ieşirea unui preot în cale e semn rău)*****.**

O **Am purtat talismane sau alte lucruri ca să am noroc.**

O **Îmi împodobesc trupul cu tot felul de podoabe şi deşertăciuni călcând normele morale ale Sfintei Biserici.**

O **Ca femeie, m-am coafat, rujat, pudrat, pensat, machiat; mi-am tuns părul scurt, obişnuiesc să port pantaloni; am mers la Sfânta Biserică în pantaloni, cu capul descoperit.**

O **Nu m-am rugat cu credinţă; nu m-am străduit să ţin mintea la rugăciune, purtând de bunăvoie gândul la tot felul de lucruri lumeşti.**

O **Nu mi-am făcut pravila de rugăciune şi canonul rânduit de duhovnic.**

O **Mi-au murit copiii (nebotezaţi sau botezaţi) din vina mea.**

O **Sunt scandalagiu şi am pus pe alţii să se certe sau să se bată chiar şi numai pentru a mă distra.**

O **Sunt agresiv, mă mânii uşor, mă cert pentru lucruri mărunte.**

O **Am mâncat şi băut peste măsură, m-am îmbuibat.**

O **Am patima fumatului, am îndemnat şi pe alţii.**

O **Am comercializat şi consumat droguri.**

O **Am patima beţiei, beau peste măsură, nu mă pot stăpâni, cheltuind bani şi sănătate.**

O **Am avut cugete trupeşti**

necuviincioase; le-am păstrat în suflet şi m-

am îndulcit cu ele.

O Am privit feţe străine cu gânduri desfrânate.

O Am făcut malahie (masturbare) singur sau cu alţii.

O Am desfrânat cu fecioare, văduve, feţe bisericeşti, rude sau cu cei de alte credinţe.

O Am preacurvit cu animale.

O Am avut relaţii sexuale cu persoane de acelaşi sex.

O M-am unit cu femeia mea peste fire.

O Am preacurvit cu femei căsătorite, cu feţe bisericeşti, cu rude spirituale, cu copiii mei, etc.

O Am trăit în concubinaj.

O Am avut legături trupeşti înainte de cununie.

O Am trăit trupeşte cu soţia în zilele de post, Duminica şi în sărbători, în timpul perioadei lunare a soţiei sau în cele patruzeci de zile după naştere.

O Am avut vise necurate în timpul somnului, pătimind şi scurgere.

O Fiind copil am jucat diferite jocuri pătimaşe, desfrânate, necuviincioase cu alte fete sau băieţi.

O Am privit la imagini pornografice, erotice *(filme, pagini de internet, reviste, reprezentaţii în cluburi, etc)*.

O Mi-am pus în gând să fur să înşel, să nu-mi plătesc datoriile.

O Am furat, înşelat statul, pe aproapele sau Biserica.

O Am vândut marfă falsificată, stricată; am luat un preţ mai mare decât cel cuvenit.

O Am mutat hotarul furând de la vecinul.

O Am înşelat la cântar, nu am spus adevărul despre marfa vândută.

O Mi-am comparat viaţa cu cei mai bogaţi decât mine şi am fost cuprins de

O Am găsit lucruri şi ştiind ale cui sunt, nu le-am înapoiat, păstrându-le pentru mine.

O Am împrumutat bani sau alte bunuri şi nu le-am înapoiat.

O Am sfătuit pe alţii să fure, să facă rău, ajutându-i şi eu la aceasta (i-am ascuns în casă).

O Nu mi-am plătit datoriile faţă de stat; am făcut declaraţii false, înşelând statul.

O Având posibilitatea să înlătur pagubele aproapelui, nu l-am ajutat.

O Am tras cu urechea ca să folosesc cele auzite în scopuri rele (calomniere, înşelăciune, autojustificare, etc).

O Am participat la jocuri de noroc, nedreptă-ţindu-mi familia şi furând apoi şi pe aproapele.

O Am mărturisit strâmb împotriva aproapelui în faţa oamenilor, pricinuindu-i păgubire sufletească sau materială.

O Am grăit minciuni de tot felul.

O Am stat la îndoială să spun adevărul.

O Am vorbit altfel decât am gândit (am vorbit cu două înţelesuri).

O Am flatat pe aproapele cu laude mincinoase pentru a-mi asigura stima lui sau alte foloase.

O Am minţit la judecată ca pârât, ca inculpat sau ca martor.

O Am minţit la mărturisire, de ruşine, din teama de a-mi dezvălui unele însuşiri rele ale mele sau unele păcate ruşinoase.

O Am obiceiul de a retransmite informaţiile sau secretele aproapelui încredinţate numai mie.

O Am dorit femeie străină (sau bărbat).

O Am invidiat pe aproapele meu pentru reuşita lui.

O Am râvnit la averea aproapelui.

tristeţe pentru că nu am cât ei.

O M-am supărat pe aproapele din diferite motive şi am căutat motive să-l micşorez sau să-l desconsider în faţa celorlalţi.

O M-am făcut părtaş la păcate străine.

O Nu am destulă credinţă, nădejde şi dragoste .

O În rugăciune am cerut lui Dumnezeu ceea ce nu se cuvine sau numai lucruri materiale, ignorând dobândirea celor spirituale.

O Nu am mulţumit lui Dumnezeu după îndeplinirea unor cereri.

O Am vorbit de rău slujitorii Sfintei Biserici.

O Am ispitit pe Dumnezeu expunându-mă la diferite pericole ca să văd dacă mă va păzi.

O În caz de boală am refuzat ajutorul medial, sfidîndu-i pe doctori.

O Am apelat la medicina alternativă *cu pricipii filozofice*: homeopatie, acupunctură, radiestezie, cromatoterapie.

O Am crezut că mă voi mântui numai prin faptele mele bune şi nu prin milostivirea şi mila lui Dumnezeu.

O Am fost lacom după bani şi avere.

O M-am purtat cu zgârcenie faţă de familie, lipsindu-o de cele trebuincioase.

O Am risipit şi cheltuit banii la jocuri de noroc, în centre de distracţie.

O Am fost indiferent şi zgârcit faţă de cei săraci evitând să fac milostenie.

O Obişnuiesc să mănânc cu nesocotinţă *(peste măsură, fără de rânduială),* făcându-mă rob pântecelui.

O M-am prefăcut a fi un bun creştin, în realitate trăind ca un păgân.

O Am crezut în vise.

O Am idolatrizat persoane sau grupuri de artişti, sportivi, oameni politici sau din alte domenii.

O M-am mândrit cu calităţile trupeşti sau sufleteşti, prin cuvinte sau acţiuni.

O M-am arătat plictisit faţă de cele duhovniceşti şi m-am preocupat în mod exagerat de cele lumeşti (glume, şuete, vorbire fără rost, pălăvrăgeală).

O M-am jurat pe numele lui Dumnezeu, pe numele altor lucruri sau persoane sfinte.

O Am pus pe alţii să se jure pentru a crede ceea ce spun.

O Nu mi-am împlinit făgăduinţele făcute lui Dumnezeu sau altor persoane.

O Am făcut glume despre credinţa creştină alături de cei necredincioşi, profanând cuvintele Sfintelor Scripturi.

O Am hulit pe Dumnezeu *(sau pe sfinţi)* şi Sfintele Taine.

O Am înjurat dând diavolului soţia, copiii, animalele, etc.

O Am blestemat pe copiii mei şi alte persoane.

O Nu am mers la sfânta biserică duminica şi în sărbători.

O Am pierdut timpul – acasă la televizor, prin baruri sau în plimbări – în timpul Sfintei Liturghii.

O Am îndemnat pe alţii să nu meargă la biserică.

O M-am dus prea târziu sau am plecat înainte de a se încheia slujba.

O Am intrat în biserică nespălat, neprimenit *(sau ca femeie în zile de necurăţie)*.

O Am mers la biserică doar de ochii lumii, nu din credinţă şi dragoste faţă de Dumnezeu.

O Nu am ascultat cu evlavie sfintele slujbe: am vorbit, am râs, am făcut tulburare prin comporta-mentul meu.

O Am lucrat în duminici sau sărbători; am făcut curat, am fost la muncile câmpului, am făcut cumpărături, am făcut afaceri sau alte treburi pe care le puteam face în altă zi.

O Nu am postit *(în lipsa unui motiv serios de sănătate)* în zile rânduite de sfânta biserică: miercurea şi vinerea sau în cele patru posturi de peste an.

O Nu m-am spovedit în posturi şi atunci când am căzut în păcate grele.

O Nu m-am pregătit de Spovedanie prin cercetarea păcatelor şi citirea sfintelor rugăciuni.

O Am ascuns păcate la Spovedanie din ruşine faţă de preot.

O M-am dezvinovăţit dând vina pe altcineva sau pe diferite împrejurări în care am fost ispitit.

O Nu m-am împărtăşit atunci când mi s-a dat dezlegare; m-am împărtăşit fără dezlegare de la preot.

O După Sfânta Împărtăşanie am revenit imediat la păcate, întinând Sfintele Taine *(scuipat, băut, înjurat, etc...)*.

O Ca părinte, nu am avut grijă în egală măsură de fiecare dintre copiii mei.

O Am împiedicat pe copiii mei de a merge pe calea credinţei *(să se călugărească, să meargă la biserică, etc);* i-am îndemnat la rău, i-am încurajat la păcate.

O Am hotărât şi forţat pe copii să devină monah sau preot fără ca acesta să simtă vreo chemare spre aceasta.

O Nu m-am îngrijit de mântuirea copiilor mei; nu i-am dus la Spovedanie şi Împărtăşanie şi nu le-am dat exemplu prin purtarea mea.

O Când copiii mei au greşit nu i-am mustrat, nu i-am pedepsit şi nu i-am oprit de la păcate.

O Uneori am fost prea aspru şi i-am pedepsit pe copiii mei pe nedrept.

O Am fost neascultător faţă de părinţii mei, i-am urât când m-au îndemnat să nu fac păcate.

O Nu mi-am îndeplinit datoria faţă de părinţii mei, am fost neascultător, i-am batjocorit, i-am vorbit de rău, blestemat, i-am părăsit la neputinţe şi greutăţi.

O Nu am ascultat de cei mai mari ai mei (profesori, conducători, şefi), atunci când mă învăţau de bine.

O Nu am ascultat de părinţii mei duhovniceşti *(duhovnic, naş),* nu m-am rugat pentru ei, i-am vorbit de rău, i-am batjocorit.

O *Ca naş* nu m-am îngrijit de fiii mei duhovniceşti (fini).

O În viaţa de familie ca soţ (soţie) nu m-am îngrijit de soţia *(soţul)* meu: ne-am obişnuit a ne certa, ne-am bătut, am smintit copiii prin purtarea noastră, nu am întreţinut armonia în familie.

O *Ca soţ* nu m-am îngrijit de soţia mea cum trebuia, am supărat-o, am întristat-o, am umilit-o, am considerat-o inferioară mie.

O *Ca soţie* nu mi-am ascultat bărbatul, nu am răbdat când era nervos ci l-am contrazis.

O Am ucis de voie sau fără de voie.

O Am îndemnat (determinat) pe alţii să ucidă

O Am băgat zâzanie, vrajbă despre alţii, făcându-i să sufere din pricina mea.

O M-am bucurat de paguba, nenorocirea, necazul aproapelui.

O Nu am iertat pe cei ce mi-au greşit.

O Am umilit pe cei săraci, pe orbi, ologi sau alţi nefericiţi; i-am batjocorit, i-am alungat când au venit la mine să-mi ceară vreun ajutor.

O M-am păzit să nu fac copii folosind diferite metode.

O Am avortat copii *(cu voie sau fără de voie)* sau am ajutat pe alţii să facă acest păcat.

O ....

Acestea toate și mai mari decât acestea am făcut,
pentru care îmi pare rău, mă căiesc și promit să nu le mai fac.
Rânduiți-mi canon și dați-mi dezlegare și iertare.